
Subject: Meine Produkt Kombination hilft mir
Posted by [Gorilla](#) on Sun, 06 May 2012 08:54:10 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Zusammen,
dachte ich schreib mal was über meinen Werdegang und den Haarausfall, den ich nun
zumindest fast stoppen konnte.

Als das Studium began, also auch der Stress und Angst, kam der Haarausfall, das war dann mit
23.

Vor allem Geheimratsecken, hinten hab ich bis heute keine Probleme.

Hab dann ziemlich früh viel ausprobiert, natürlich gleich an Regain ran und wie das so ist,
setzt die rote, beissende Fläche ein, dann war die Motivation wieder dahin und man wendet es
nicht mehr so oft an, obwohl sogar damals paar neue Härchen kamen. Bin dann wieder
weggekommen, 2 Jahre nichts gemacht, Haare gingen mehr oder weniger raus, schleichend.
Dann Neuversuch 2011 mit Fin und Regain Frauen. Fin only nach 2 Monaten wieder abgesetzt da
massiver Haarausfall in den Ecken, damit hab ich mir nochmal so ne richtige Lichtung geholt,
dann versucht mit Regain Frauen... aber brachte nichts, genauso wenig wie Spectral und andere
Produkte.

Bin dann von dem Schmiermittel Zeug komplett abgekommen und dachte, einfach nur den Status
zu erhalten ist oberste Priorität (hätte es schon damals sein müssen)

Dann begann ich mit natürlichen Sachen und meine Kombi sieht derzeit folgendermaßen aus:

- jeden Tag morgens nach Frühstück 1x Eunova Langzeit
- jeden Tag morgens nach Frühstück 2x Priorin
- jeden Tag mittags nach Mittagessen 1x Schönheitspille SB
- jeden Tag mittags nach Mittagessen 1x Haarkapsel SB
- jeden Tag Abends 1x Priorin
- alle 3 Tage nach dem Mittagessen 1xOrthomol vital M Granulat

- jeden Tag morgens und Abends 3 min Kopfhaut Massage mit Weleda Rosmarin Haarwasser,
grüne Verpackung
- alle 3 Tage Haarwäsche mit Kräuter oder Brennesselshampoo von Sanct Bernhard(SB) und
danach Spülung mit Nerzlöl von SB
- nicht fönen, kein haargel auf die kopfhaut

- jeden Tag 2 bis 3 L Wasser
- nur alle 3 Monate mal Alkohol
- jeden Tag Apfel und Banane sowie Gemüse (kein TK), viel Vollkornbrot, frische Luft und
Spazieren
- allgemein und jeden Tag, Stress vermeiden, sich an seinem Leben erfreuen und sich klar werden
wie gut es einem eigentlich geht.

Was mir davon genau hilft weis ich auch nicht, aber mein Haar fühlt sich deutlich fester an, es
kommen bei der Haarwäsche vllt noch 5 Haare mit runter oder beim durchstreifen über den

Tag. Davor waren es gute 30-50.

Klar wächst nichts mehr neu, aber wenn ich das so nun halten kann dann bin ich zufrieden.

Nur mein kleiner Werdegang

Viel Glück allen!

Subject: Aw: Meine Produkt Kombination hilft mir
Posted by [sharpanator](#) on Sun, 06 May 2012 11:36:43 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Priorin half bei mir null. Die anderen Sachen von dir sind keine DHT Hemmer. Im Prinzip sind es nur Nahrungsergänzungsmittel, ne Kopfhautmassage und spazieren gehen. Also könnte auch sein dass du beim spazieren gehen und bei der Bewegung einfach viele Haare verlierst, die dann vielleicht ind der Spüle gelandet wären? Ich mein die Mikroentzündungen in der Kopfhaut durch die AGA bleiben ja bestehen.

Subject: Aw: Meine Produkt Kombination hilft mir
Posted by [Gorilla](#) on Sun, 06 May 2012 11:47:53 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Haarausfall hat ja viele Ursachen, aber wie auch ihr bin ich schon "Profi" nach vielen Jahren auf dem Gebiet, soll heissen man merkt wann es besser/schlechter wird.

Bei mir wurde es definitiv weniger unter den natürlichen Methoden, Regain, Fin und der ganze Kram hilft sowieso nur ganz wenigen und das auch nur mit enormen Nebenwirkungen zum Teil.

Also nein, verliere keine Haare beim spazieren gehen.

Ich streife so oft am Tag durch meine Haare und es bleibt definitiv so gut wie nichts mehr hängen, sonst hatte ich immer so 5 Haare zwischen den Händen.

Bewegung, gute Ernährung, Micro Nährstoffe, gute Haarpflege erscheinen für mich sinnvoller als kurzfristigen Chemie Erfolg den man so oder so je nach Motivation irgendwann wieder abbricht....

Subject: Aw: Meine Produkt Kombination hilft mir
Posted by [pilos](#) on Sun, 06 May 2012 12:00:38 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

dann hast du auch keine richtige aga...und die bisschen ghes sagen zero aus

bei aga hilft weder apfel noch bannane...

Subject: Aw: Meine Produkt Kombination hilft mir
Posted by [Nino](#) on Wed, 16 May 2012 01:04:12 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

hört sich nicht nach AGA an mit 5 Haaren.

Analog deiner Ansätze sollte man vielleicht mal, auch wenn ungern gehört (weil keine allgemeine strukturelle Therapie existiert), folgendes betonen:

Die Gedanken (speziell sexuell assoziierte beim Beispiel AGA) lösen einen Hormoncocktail aus, das ist klar fühlbar und auch empirisch erwiesen. Paaren sich zu dem beim Mann erhöhten Testosteron und dessen Abkömmlingen stressinduzierte Hormone (Angst, das Ganze geschieht unbewusst) so werden gewisse Stoffwechselprozesse beschleunigt. Wird dieser eigentlich als kurze Ausnahmezustand beabsichtigte Zustand zur Konstanz (chronisch) so ist es schwer den schleichenden Zustand im Kontrast überhaupt wahrzunehmen. Es gibt im Netz eine wissenschaftliche Studie welche zu belegen versucht, dass Leute mit aggressiver AGA eine grundlegend divergierende Einstellung zu Sex und Konkurrenzdenken in diesem Primärtrieb haben. Die Studie wurde durch Befragungen und konstanter Messung verschiedener akuter Hormonwerte durchgeführt. Primäre Absicht der Studie war übrigens eine validere Wahrheitsfindung (versus Lügendetektor). Wurde glaub ich staatlich gefördert (USA), habs dazumal runtergeladen, mal schauen ob ich Sie noch finde..

Subject: Aw: Meine Produkt Kombination hilft mir
Posted by [Gorilla](#) on Wed, 16 May 2012 08:31:12 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hatte aber in meinen höchsten Zeiten schon richtig Haarausfall, vorne links wurde es massiv durch Fin beschleunigt...
Habe ehrlich gesagt nie die Haare genau gezählt, aber bisschen Saisonbedingter Haarausfall oder dergleichen war und ist es auch nicht, dazu ist es zuviel.

Sex hab ich auch keinen und eher ein leidiges Thema mit Frauen, vielleicht rührt der Stress Angst Gedanke auch daher und überträgt sich auf das Haar, genauso Job Angst.

Vater hat mit dato 58 noch volles Haar.

Ich weis nur das ich mir mit Fin und Regaine noch zusätzlich zum normalen Haarausfall Haare kaputt gemacht hab....
daher nun der Natur Wahn (Shampoo etc) denn arg viel anderes sehe ich nicht mehr an Möglichkeiten was man den Haaren gutes tun kann, ich will ja gar kein Neuwuchs, nur das vorhandene halten, doch das ist schon schwer genug !

Subject: Aw: Meine Produkt Kombination hilft mir
Posted by [Gorilla](#) on Wed, 16 May 2012 08:39:00 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

ich war neulich beim Frisör und die dumme Gans wusste nichts anderes als meine Haare mit der Ausdünnschere zu bearbeiten und danach knallheiss zu fönen, seitdem wurde es übrigens wieder bisschen mehr nun.... ich könnte

Subject: Aw: Meine Produkt Kombination hilft mir
Posted by [knopper22](#) on Sun, 20 May 2012 21:03:26 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Nino schrieb am Wed, 16 May 2012 03:04

..
, dass Leute mit aggressiver AGA eine grundlegend divergierende Einstellung zu Sex und Konkurrenzdenken in diesem Primärtrieb haben.

hmm inwiefern denn? Also das sie ständig eiferüchtig sind? oder halt immer Konkurrenz, so nachdem Motto "Die muss die flachlegen, und alle andere nicht?", oder wie?

oder wie äußert sich diese Einstellung?

Subject: Aw: Meine Produkt Kombination hilft mir
Posted by [sharpanator](#) on Sun, 20 May 2012 21:15:30 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Zitat:hmm inwiefern denn? Also das sie ständig eiferüchtig sind? oder halt immer Konkurrenz, so nachdem Motto "Die muss die flachlegen, und alle andere nicht?", oder wie?

oder wie äußert sich diese Einstellung?

Ich denke eher an einen größeren sex drive und den Gedanken daran, eifersüchtig hat damit bestimmt nichts zu tun. Der Gedanke daran gibt im Körper Hormone frei, auch unbewußt, das wird dann chronisch unbemerkt, genau wie eine Depression chronisch wird und Haarausfall auslöst.

Subject: Aw: Meine Produkt Kombination hilft mir
Posted by [knopper22](#) on Mon, 21 May 2012 11:20:28 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

sharpanator schrieb am Sun, 20 May 2012 23:15

Ich denke eher an einen größeren sex drive und den Gedanken daran, eifersüchtig hat damit bestimmt nichts zu tun. Der Gedanke daran gibt im Körper Hormone frei, auch unbewußt, das

wird dann chronisch unbemerkt, genau wie eine Depression chronisch wird und Haarausfall auslöst.

hmm ja aber was genau? Meinst du so was wie eine evt. nicht natürliche Einstellung zum Sex? Was ist dann mit denen mit voller Matte. haben die etwa weniger Bock? kann ich mir nicht vorstellen.

Obwohl ja irgendein Zusammenhang muss ja sein, weil halt DHT der King usw..., also das wahre Testosteron.

Kann man da irgendwo mehr zu lesen?